

- De même, certains colorants et conservateurs alimentaires utilisés pour les boissons, aliments préparés ou bonbons augmentent les risques d'hyperactivité chez les jeunes.
- Les colorants à éviter le plus possible sont entre autres :
 - E102 ;
 - E123, E124, E125, E126 ;
 - E 211 ;
 - E 250 ...
- Une consommation à haute dose des peut entraîner une situation beaucoup plus grave comme le cancer.

Il est alors peut-être temps que vous commenciez à vraiment vous intéresser aux étiquettes des aliments industriels que vous achetez..

4- Additifs alimentaires nocifs pour l'intestin

- Les émulsifiants, ces agents de texture présents dans de nombreux aliments industriels, perturberaient la flore intestinale (E. coli).
- Les chercheurs ont nourri des rats avec une quinzaine d'émulsifiants alimentaires, couramment utilisés dans l'industrie, comme le carmellose (E466).
- Le régime alimentaire des rongeurs n'a pas été modifié puisque ces additifs étaient seulement mélangés à de l'eau. Les chercheurs ont ensuite analysé la composition du microbiote intestinal.
- Résultat : la biodiversité bactérienne a chuté, certaines souris sont devenues **obèses**, tandis que d'autres souffraient d'**inflammation intestinale** ou d'**intolérance au glucose**.

En analysant la flore intestinale, l'équipe de recherche s'est rendue compte que les bactéries, sous l'effet de ces produits, se rapprochent de la paroi de l'intestin.

Au lieu de digérer les aliments, celles-ci rongent la **protection du tube digestif** (le mucus), le rendant plus vulnérable. Ces hypothèses expliqueraient l'**inflammation chronique** observée chez les souris.

5- Effet des additifs alimentaires sur les neurones

- Un certain nombre d'édulcorants, en particulier l'**aspartame**, présentent une activité excitotoxique très forte une fois qu'ils se retrouvent dans le corps, ce qui provoque une excitation excessive des neurones et une augmentation du risque d'attaques d'épilepsie et d'autres sortes.
- Il n'est pas surprenant que l'aspartame soit fait d'aspartate, un acide aminé très stimulant qui a tendance à irriter le système nerveux en grande quantité ou sous certaines formes.
- L'aspartame contient aussi de la phénylalanine, une substance toxique pour les neurones qui est aussi reliée à des dégâts neurologiques et des attaques.

- L'aspartame est l'un des additifs alimentaires excitotoxiques les plus consommés dans le monde.
- D'autres édulcorants pourraient provoquer des effets négatifs sur le cerveau et augmenter le risque d'attaques comme la **sucralose** et la **saccharine**.
- Les édulcorants artificiels sont très répandus et on les retrouve le plus souvent dans des produits marqués « sans sucre » ou « pauvres en calories ».

Types des additifs alimentaires nocifs pour la santé



NEUROTOXIQUES

E621	E622	E623
E624	E625	E950
E951		



CANCERIGENES

E104	E131	E142
E210	E211	E212
E213	E214	E215
E216	E217	E218
E219	E239	E320
E952		



TOXIQUES POUR
LE SYSTEME DIGESTIF

E101	E173	E339
E340	E341	E520
E521	E522	E523
E554	E555	E556
E557	E558	E559
E1412	E1414	



PEUVENT PROVOQUER
DES ALLERGIES

E102	E110	E122
E124	E127	E129
E142	E210	E211
E212	E213	E221
E228		

**Préserver votre santé avec la
consommation des additifs naturels**



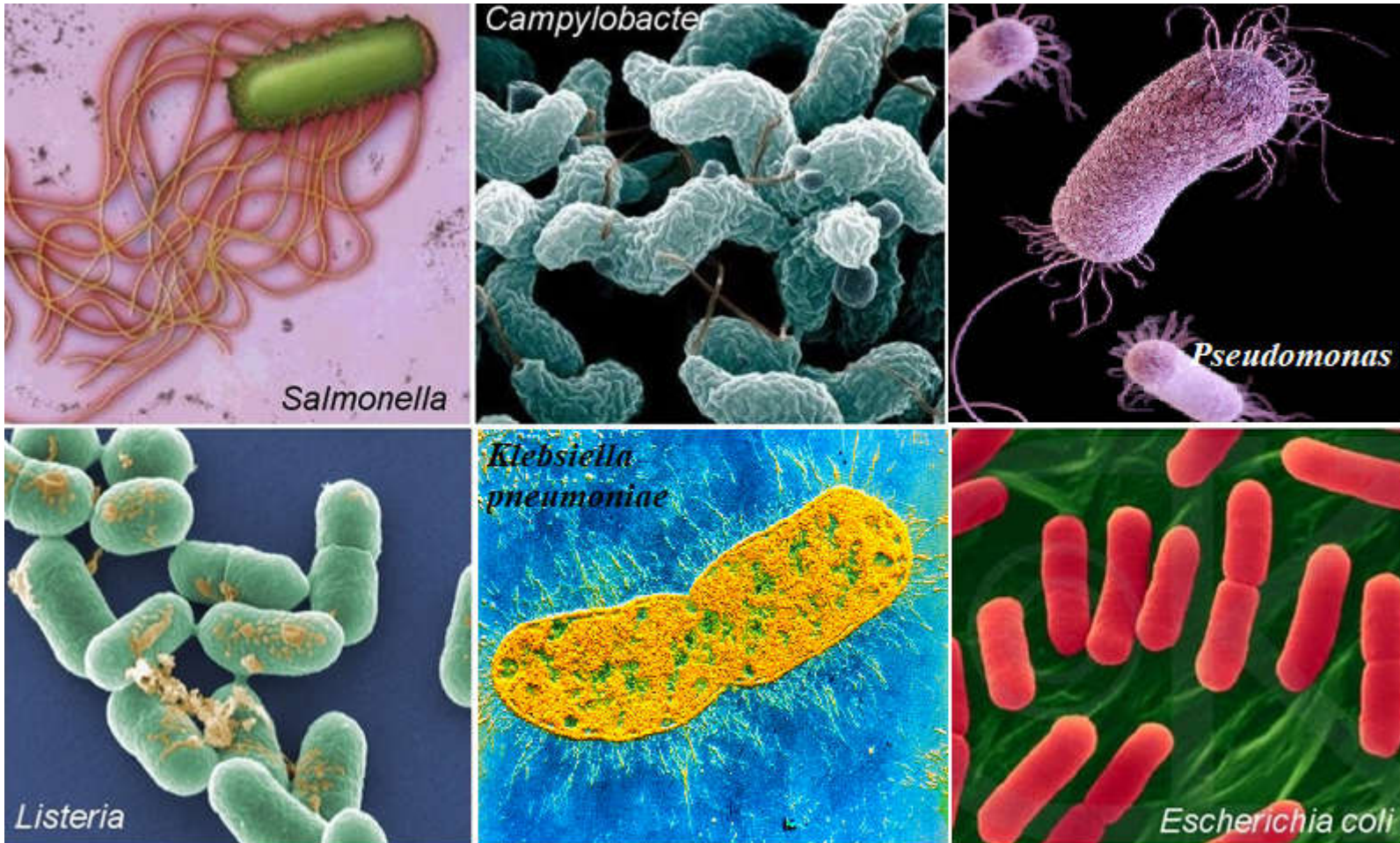
Toxicologie alimentaire

I-Définition

- La **toxicologie alimentaire** est destinée à évaluer le risque de toxicologie d'un aliment.
- La toxicologie alimentaire permet de déterminer dans quelle mesure un aliment est ou non dangereux pour la santé.
- Cela revient à savoir s'il contient des agents pathogènes (bactérie, virus, champignons, amines biogènes, pesticides, dioxines, métaux lourds virus, etc.).
- De plus, la toxicologie alimentaire s'intéresse aux risques qu'il existe de développer un problème suite à l'ingestion d'un aliment donné.

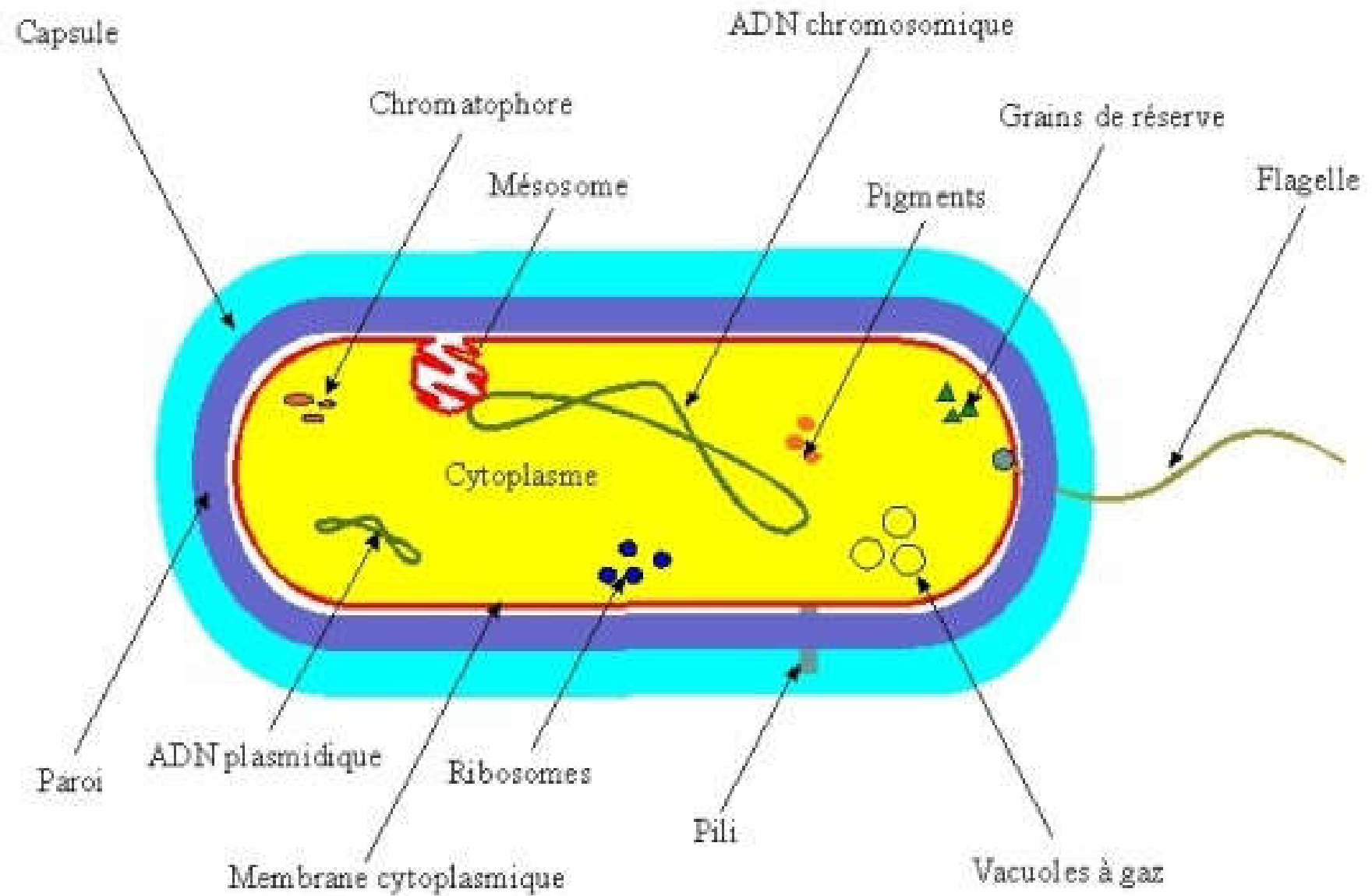
II-Agents pathogènes

1- Bactéries



1- Bactéries

- Ce sont des êtres vivants avec une organisation simple.
- On trouve des bactéries dans tous les environnements terrestres.
- Elles sont formées d'une seule cellule procaryote (diamètre = 0,5 à 1,5 μm), c'est-à-dire que l'ADN n'est pas contenu dans une enveloppe formant un noyau, il baigne dans le cytoplasme.
- Elles ont un fort pouvoir de génération : en moyenne, une bactérie peut se diviser toutes les 20 minutes.
- Elle sont aussi capables de produire des toxines.



Structure d'une bactérie